

昨天是世界居室卫生日 警惕家中“隐形”卫生死角

10月10日是“世界居室卫生日”。尽管人们普遍重视家庭环境的整洁,但许多日常高频接触却极易被忽视的卫生死角,正悄然成为细菌病毒滋生的温床。专家提醒,居家健康不仅在于地面、桌面的清洁,更需关注那些“看不见的风险”,科学清洁才能真正筑牢健康防线。

“之前一直以为冰箱是‘保险箱’,没想到长期不清洗的冰箱,竟存健康隐患。”10月10日,西安市民李女士说。

近半年来,她反复出现肠胃不适,尤其在食用冷藏食物后症状加重。经医院检查排除其他病因后,医生建议她排查一下生活环境。她最终发现,家中的冰箱冷冻室角落已滋生明显霉斑,冷藏层密封条发黑。经彻底清洗消毒并更换密封条后,她的症状明显缓解。

“李女士的经历并非个例。”西安市中医医院主任医师安军明指出,许多人误以为冰箱低温能“杀菌保鲜”,实则部分致病菌如李斯特菌在0℃-4℃环境下仍可缓慢繁殖,若长期不清洁,极易造成食物污染,引发腹泻、腹痛等胃肠道疾病。

安军明表示,冰箱是家庭中最易忽视却又风险较高的卫生死角之一,必须定期深度清洁。同时,还有多个高频接触却疏于打理的区域,同样潜藏健康隐患。他梳理了多个“隐形污染源”及科学清洁建议。

建议每月至少全面清洁一次冰箱,清空物品后用温水加小苏打或食品级清洁剂擦拭内壁、抽屉及密封条等,清洁后通风30分钟再通电使用,同时避免生熟食物混放,及时清理过期食品。

手机每日接触面部与手部,极易沾染大肠杆菌等。建议每周用微湿软布蘸取75%酒精轻轻擦拭屏幕、边框及接口,耳机、充电线等配件也应同步清洁。

遥控器在家庭中使用频繁,表面油渍、皮屑长期堆积,易形成细菌“庇护所”。建议每月用微湿软布蘸少量中性清洁剂擦拭。

电脑鼠标和键盘因与手部频繁接触,容易积累汗渍、油脂和灰尘,混合后易成为细菌滋生的温床,建议每周用酒精棉片擦拭清洁。

安军明表示,除定期清洁“死角”外,还应保持室内通风,每日不少于两次,每次30分钟以上。

本报记者 姬娜

2025年“黄河记忆”非遗大展 在宝鸡开幕

本报讯(记者 夏明勤 董毅)10月10日晚,由陕西省文化和旅游厅、宝鸡市人民政府主办的2025年“黄河记忆”非遗大展在宝鸡青铜器博物院开幕。来自沿黄九省区的非遗代表性传承人、专家学者、文旅部门代表等200余人齐聚于此,共同见证这场黄河文化的盛宴。

活动现场,陈仓老街化身一条流动的“黄河文化长廊”,从巧夺天工的“泥塑万千”“雕刻百态”,到精美绝伦的“穿花纳锦”,再到“仁心仁术”的中医药、“粮之升华”的酿造技艺,六大主题展区,60余个展位,沿黄九省区的非遗精品在此交相辉映。

在精品展销区,青海的堆绣、甘肃的洮砚、宁夏的贺兰石刻、内蒙古的皮雕、陕西的马勺脸谱、山西的推光漆器、河南的汴绣、山东的潍坊风筝等令人目不暇接,尽显黄河沿岸人民的匠心与智慧。值得一提的是,“九曲食味 面面俱到”面食品鉴区成为最聚人气的

区域,兰州牛肉面、山西刀削面、河南烩面等九省区代表性面食现场制作,香气四溢,让人领略黄河饮食文化的博大精深。

除了静态展示,在陈仓老街的临河步道上、凉亭桥榭间,还有陕西各地非遗代表性项目的活态展演,如高亢的陕北民歌、诙谐的二鬼摔跤、悠扬的紫阳民歌等,持续吸引着现场嘉宾和群众的目光。

据了解,本次大展以“品周风秦韵,颂大河鸿章”为主题,配套有“绣出好生活”——陕西省非遗刺绣赋能乡村振兴交流发展大会、“大河之缘”——非遗全链供需对接会、“大河之梦”——宝鸡市非遗传承发展大会3项活动。大展主场活动设启动活动、黄河非遗大集、非遗题材原创话剧《面皮》展演3项主要活动,旨在系统梳理和集中展示黄河流域丰富多彩的非物质文化遗产,通过实物展陈、活态展演、互动体验等多种形式,生动展现黄河文化的历史底蕴与当代活力。

粉色“花海”美如画



10月10日,西安大明宫国家遗址公园内粉黛乱子草竞相绽放,粉色“花海”吸引市民打卡拍照。
本报记者 代泽均 摄

西安城西客运站部分线路班次有变动

本报讯(记者 陶颖)10月10日,记者从西安城西客运站获悉,随着气温变化,旅客出行习惯有所改变,为更好地契合旅客需求,结合季节特性,该站部分班线的首末班发车时间调整,开始执行秋冬季发车时间。
淳化班线:10月1日起首班7:00,末班

18:00,班次间隔时间50分钟。旬邑班线:10月9日起首班7:00,末班18:00,班次间隔时间35分钟。彬州班线:10月10日起首班7:20,末班18:00,班次间隔时间50分钟。长武班线:10月10日起首班7:20,末班17:40,班次间隔时间40-50分钟。

面部表情僵硬 口型对不上 AI“专家”坑走老人养老钱

手机屏幕中穿白大褂的“专家”笃定宣称“三个疗程逆转糖尿病”,正是这番说辞,让西安市民张女士的母亲陆续花3000余元买了一堆保健品,直到血糖失控住院才意识到不对。近来,这样的AI合成“专家”正通过老年人的手机,用虚拟权威编织养生骗局。

“一开始只是看个养生视频,后来就弹出‘专家直播’。”10月10日,躺在病床上的孙阿姨向记者回忆道,今年9月中旬,她刷短视频时刷到“北京某医院首席营养师”的讲座,对方不仅讲解糖尿病护理常识,还展示了诸多“康复案例”。信任感建立后,“专家”开始推销“降糖片”,称“不用忌口、不用打针”。

抱着试试看的心态,孙阿姨先花800元买了一个疗程的产品。随后,“专家助理”频繁联系她,说“病情特殊需加强调理”,又诱导她追加购买了3个疗程。可服药半个多月后,她的血糖不降反升,还出现了头晕乏力症状,被家人紧急送医。

“直播里的‘专家’是AI合成的,连口型都对不上。”张女士仔细查看发现,直播里的虚拟人物普遍存在手指畸形、面部表情僵硬等问题,部分视频中“专家”说话时嘴唇开合与声音完全不同步。“评论区有人说,不法分

子通过AI工具,几小时就能生成大量‘权威讲座’,再通过算法精准推送给老年群体。”张女士说。

为何这类骗局在老年人群中屡试不爽?西安爱之初心理咨询有限公司负责人董琳琳分析,老年人对健康的迫切需求是主要诱因,而AI合成的“专家形象”进一步击穿了信任防线。骗子通常先以免费科普获取信任,然后以“限时优惠”“一对一调理”等话术催促下单,形成完整诈骗链条。

“防范这类骗局,要抓住‘三个关键’。”董琳琳提醒老年朋友,一是核实身份,遇到“权威专家”可通过国家卫生健康委官网查询资质;二是辨别破绽,留意视频中人物肢体、口型的异常;三是坚守底线,牢记“保健品不能替代药品”,遇“包治百病”“无效退款”等承诺直接拉黑。

董琳琳建议,子女可帮老人开启短视频平台“长辈模式”,过滤风险内容;定期检查手机中的陌生群聊和可疑支出;绑定家庭消费预警,避免大额转账。同时,要多和老人沟通养生知识,减少其被虚假信息误导的可能。

本报记者 陶颖

“科技+神话”刷新文旅消费新体验

本报讯(记者 张维)“戴上VR眼镜瞬间穿越到了陈塘关,握着法杖‘对战’妖怪时,风感、海浪声就在身边,和电影相比,这种沉浸式的感受用两个字来表达,就是‘震撼’!”近日,在陕西省文化馆曲江馆区四楼的《哪吒5DVR》体验馆,来自成都的孟先生经过40多分钟的体验后,兴奋地说:“能和哪吒并肩作战推动

剧情,这种互动感是普通观影没有的。”

据体验馆现场负责人王腾飞介绍,这是国内首个哪吒IP主题的5D全息与VR大空间交互文旅创新项目,今年8月落地后,凭借“科技+神话”的创新形态,成为连接传统文化与年轻群体的纽带,吸引游客纷至沓来,不断刷新文旅消费新体验。



人与自然和谐共生